Kneipp
VSXEN
Cuxhaven e.V.

Newsletter # 31
März 2026

Neues vom Vorstand

Hallo liebe Kneipp-Mitglieder,
endlich nach Wochen der Geduldsprobe, Schnee und Schneematsch bewegen sich die Temperaturen wieder über Null Grad C und es ist wieder hell. Die Tage werden wieder spürbar länger und es ist mehr Frische unterwegs zu sein.
Im Vorstand beschäftigen wir uns schon mit Planungen für 2027, wie wir unsere Angebote weiterentwickeln und neue dazu kommen. Gerad bitten wir besonders die langjährigen Mitglieder einmal ihre Fotoschatzkiste hervorzuholen und nach Bildern zum Kneipp-Verein zu schauen. Wir wollen uns über Fotos und Zeitungsartikel aus allen Zeiten sehr freuen! Natürlich sind nicht nur Bilder sondern auch Erinnerungen und Geschichten willkommen. Wir sind gespannt Ihrer Archiv-Inhalteneuer. Wer Anekdoten, besonders Geschichten, Daten und Fakten über den Kneipp-Verein von 1952 bis 2026 zu Erzählen hat, freut sich uns eine offene Ohr und aufmerksame Zuhörer zu sein.

Herzliche Grüße
euer Teamvorstand

Zu gesunder und kräftiger Ernährung gehört auch ein Frischer und kohlensäurehaltiger wird auch sein Bier sein.
(Sebastian Kneipp)

Nachlese

...Kirchen Rechten

Eine kleine Gruppe bestehend aus Kneipp-Mitglieder hat sich zum Kirchlichen Rechten aus verschiedenen Gemeinden und Bereichen getroffen. Es wurde sehr angeregt miteinander ins Gespräch gekommen in der Schule schon vor Ende der Weihnachtsferien gefunden haben. Fast nach dem Spruch, alle Fähigkeiten verlaren man nicht, entdecken wieder schöne Kirchlichen, von denen einige schon in der nahen Ostezeit Verwendung finden.

...die Kneipp-Wanderer unterwegs

Unter Leitung von Gerhard Gerdes ein Hall Wohlmuigt finden alle 3 Wochen eine Kneipp-Wanderung statt, hat inzwischt der Grenzen Cuxhavens und hat weiter weg von Bremen bis Harburg und Hamburg-Bergedorf. Es wurden schon viele Ziele und Strecken erwandert, doch die Gruppe trifft oder Wirmachen (Ziele die Wanderer wie jedes Jahr in der kalten Jahreszeit, zu unterstützen, sei Kneipp-Verein und zum Zusammenkommen, Aufwärmen in Ihre Gerage und einen Glühwein oder Aftertell ein. Ein Ausgleichsgymnastik wird dann noch vor Ende der Wanderung Wanderung den Fleiß-Gelgen Mitg erfahrg nach Gerhard.

... Tagesfahge unterwegs

Der Besuch der Lüneburger im November mit einem Vortrag über die Tagesfahge hatte größtenes Interesse hervorgerufen und so hatten an 14 Personen einen Besuchstermin vereinbart. Wir wurden herzlich empfangen und mit Kaffee und kekaren Kuchen bewirtet. Es wurde sehr viel Interessantes erzählt und gezeigt. Wir erstaunt wie geschmackvoll alles angerichtet ist, wie viele Beschäftigungsmöglichkeiten angeboten werden und wie wohl sich gerne offensichtlich die Tagesgäste fühlen.

... Bingo mit Volker

Beim Bingo mit Volker sie dieses Mal eine große Gruppe zusammengekommen. Es wurde sehr viel gelacht und Tisch angeführt wurden mussten Kaffee und Kekaren gabs es mit Spaß und Mitte Preise aus der Kneipp-Werkstatt. Besonders die hartgewinnlosen Sucker sowie gratulgegen Spendern wurde kaft begeht.

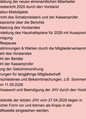
... Moto Cafe München

Das Moto-Cafe "München" war mit 16 Teilnehmern fast an seine Grenzen gestoßen. Der Kaffeekuchen war reichhaltig gedeckt, denn unsere neuen ehrenamtlichen Helfer hatten einen leckeren Kuchen mit, wie Frischeckfuchs sowie Kirschkuchen und Kaffee gekocht. Es wurde sehr viel gelacht und es wurden Erinnerungen an Ostern, Carnivals und die München von den verlorenen Schuhen und und nach dem Kaffee ging es beim Spaziergang zum Kneipp-Verein Cuxhaven und zum Kneipp-Garten - das war ganz schön anstrengend und eine längere Ausbeuch zwischen den Teilnehmern brachte den Erfolg.

Aufgaben für die ehrenamtliche Helfer suchen:
Angenehmen Engagement – Vorstand, Beisitz
deutsprache Aufgaben – Vorbereitung
Kurzzeitige kleine Aufgaben – Kuchen für die Moto-Cafes

Kurzzeitig, sprachlich erfahrende Hilfestellungen:
1. Wir suchen jemanden, der mithilft unsere Teilnehme
   im Cuxhaven Marathon und die Gesundheitsmesse
   Gesundheitsmesse zu betreuen.
2. Aufzeichnungen und etwas spätter im Jahr jemanden, der
   unsere Teilnehme am Stadtradeln organisiert.

Kneipp-Werkstatt
kreativ oder Spaß & Spiel
Anmeldung online auf dem Kneipp- Anmeldeformular speichern
Tel. 04701-2020



Kneipp-Werkstatt
Vorträge und Veranstaltungen
Anmeldung online auf dem Kneipp- Anmeldeformular speichern
Tel. 04701-2020

Jahreshauptversammlung 2026

Einladung zur Jahreshauptversammlung 2026
Montag, 23.03.2026, Uhrzeit 18.00-20.00, Stadthöhener Gastätte
Tagesordnung:
Vorläufige Tagesordnung:
1. Begrüßung
2. Feststellung der satzungsgemäßen Einladung
3. Feststellung der Beschlussfähigkeit der Mitgliederversammlung
4. Bericht des Vorstandes über die Tätigkeitsfelder
Berichterstattung der Kassenverwaltung
5. Gedenken an verstorbene Mitglieder
6. Ehrungen und Kurzbericht, Fundstreitigkeiten und Helfer
7. Vorstellung der neuen ehrenamtlichen Mitarbeiter
8. Bericht der Kassenprüfer und den Vorstand
9. Situation Mietobjekte
10. Bericht des Schatzmeisters und der Kassenprüfer
11. Entlastung des Vorstandes
12. Entlastung der Kassenprüfer
13. Vorstellung des Haushaltsplans für 2026 mit Ausspracha und Beschlussfassung
14. Satzungsänderungen
15. Anstimmungen & Wahlen durch die Mitgliederversammlung
Neuwahl des Vorsitzenden
Neuwahl der Beisitzer
Neuwahl der Kassenprüfer
Ernennung der Gleichstellungsbeauftragten
16. Ehrungen für langjährige Mitgliedschaft
17. Vorstellung der Veranstaltungsplanung: 1.Q. Sommerfest 25.06 und 11.09.2026
18. Schlusswort und Beendigung der JHV durch den Vorsitzenden

Die Protokolle der letzten JHV vom 27.04.2025 liegen in Kopie bei Frau Ingrid Ziemann zur Einsicht bereit. Die Geschäftsstelle stehen gerne zur Verfügung.

Anträge zur JHV müssen schriftlich gestellt werden und spätestens bis zum 30.03.2026 beim Teamvorstand eingegangen sein.

Ihr Teamvorstand

Kneipp-Bund Aktivstellung Ernährung

Suppen gesund und schnell
mit Dipsen-Zwergnase Andrea Lünzup!
Auch in diesem Jahr wird Andrea Lünzup uns wieder in Sachen gesunder Ernährung beraten. Dieses Mal stehen schnelle gekochte Suppen für den Alltag auf dem Programm und natürlich gibt es auch wieder reichlich zum Probieren.

Termin: Di 10.03.26
Uhrzeit: 14.00 bis 18 Uhr (ab 14.00 Uhr Vorbereitung)
Anmeldung erforderlich
Bors-AB Tel.: 04721-20222
Bors Bernsteinst. 71
Kosten 10 €

Neue Kurse und Freie Plätze in laufenden Kursen

Freie Plätze in Kurs
Knotengymnastik
Di 10.40 - 11.40 Uhr
Gymnastikraum
Gymnastikraum
Hannelore Peters
Tel. 04701-3233397

Freie Plätze in Kurs H55
Fit & Lust mit Fitness
Mi 11.30 - 12.30 Uhr
Gymnastikraum
Gymnastikraum
Gudrun Reinecke
Tel. 0157 35871963

Freie Plätze in Kurs 1360
Gesundheitsgymnastik für Senioren
Di 16.30 - 18.30 Uhr
Übungsraum in der Gymnastikhalle
Sylke Nagelsen Tel. 0174 3639400

Freie Plätze in Kurs 14008
Pilates
Di 18.45 - 20.15 Uhr
Übungsraum in der Gymnastikhalle
Ortrun Bochow Tel. 04721 382759

NEUER KURS

Gesundsprachtraining mit Hardgriff
ab 25.03.26
Mi 14.00 - 15.00 Uhr
Bor Kurs 600 € Gäste 15 €
Übungsraum in der Gymnastikhalle
Gesundsprachtrainer
Sabine Rose Tel. 0160 9237624

Atemschulung
ab 21.04.26
Di 14.45 - 15.45 Uhr
Bor Kurs 600 € Gäste 90 €
Übungsraum in der Atemschulnhalle
Atemschulung
Tel. 0151 50349842

Stuzzyspielplatz
ab 23.04.26
Do 16.30 - 18.00 Uhr
Bor Kurs 600 € Gäste 15 €
Übungsraum in der Atemschulnhalle
Stuzzyspielplatz
Tel. 0151 42214038

Beckenbodentraining Frauen
ab 23.04.26
Di 19.00 - 20.00 Uhr
Bor Kurs 600 € Gäste 15 €
Übungsraum in der Gymnastikhalle
Anke Rentelnbach
Tel. 0170 5408427

Kurzüberscht besondere Veranstaltungen

Wir haben Ihnen eine Kurzübersicht zu den besonderen Veranstaltungen der Monate März - Juni 2026 als PDF Datei im Anhang zu dieser Nachricht beigefügt.
Diese Kurzübersicht können Sie jederzeit auch unserer Website unter www.kneipp-cux.de herunterladen.

IMPRESSUM
Kneipp-Verein Cuxhaven
Bremer Str. 100/B/W/W
27472 Cuxhaven
Tel.: 04721-20222
Vereinsregister: Tostedt

Vorstand
Ingrid Ziemann
Ute von Berlepsch
Gerhard Gerdes
Birgit Bock
Ingrid Ziemann

Ehrenpräsident
Wilhelm Bock Tel.: 04721-20222
Ehrenmitglieder
Gerhard Gerdes, Ute von Berlepsch
Hauptamtliche Mitarbeiter
Hauptamtliche Mitarbeiter

Geschäftsführung: Sterbegeldkasse Cuxhaven, BIC: BELADEB1CUX
IBAN: DE96 2415 0001 0000 1008 00

ich möchte diese Newsletter nicht mehr erhalten

Kneipp